मन की शुद्धि मंत्र, जप तप की साधना

प्रो. (डॉ.) सोहन राज तातेड़,

पूर्व कुलपति सिंघानिया विश्वविद्यालय, राजस्थान

आत्मा की उपासना निर्विघ्न है। आत्मोपासक के सामने यदा–कदा विघ्न आते रहते हैं। प्राकृतिक, भौगोलिक, मानवीय, पाशविक, दैविक और वातावरणीय–ये सब अपने–अपने क्रम से चलते हैं। उनका गतिक्रम किसी के लिए सहायक और किसी के लिए बाधक बन जाता है। अध्यात्म के क्षेत्र में यदा–कदा आने वाले विघ्नों और बाधाओं पर विचार किया गया। उनके उपशमन अथवा निवारण का उपाय खोजा गया। यह अध्यात्म विशुद्धि का प्रयोग, जागरूकता का दिग्सूचक यंत्र, आत्मनिरीक्षण का मंत्र और विघ्ननिवारण का महामंत्र है।

नमस्कार महामंत्र जैन परम्परा में बहुत प्रसिद्ध है। आबाल, वृद्ध सब लोग उसका स्मरण करते है। मंगलपाठ कार्यारम्भ का आदिवाक्य है। मंत्र मन की शुद्धि के बहुत आवश्यक है। मंत्र शब्द मंत्र धातु से अच् प्रत्यय के योग से बना है जिसका अर्थ है किसी भी देवता को संबोधित करने के लिए वैदिक सूक्त या प्रार्थना परक वेद मंत्र। वेद का पाठ तीन प्रकार का है–ऋक्, यजुस् और सामन्। ऋक् छंदोबद्ध और उच्च स्वर से बोला जाने वाला है। यजुस् गद्यमय और मंद स्वर से बोला जाने वाला है। सामन् में छंदोबद्धता के साथ गेयता रहती है। मंत्रों में शब्दों और वर्णों की प्रधानता रहती है। यदि वर्णों का उच्चारण गलत हो जाये तो मंत्र अनिष्टकारक हो जाते हैं। इसीलिये शुद्ध भावना से मंत्रो का शुद्ध पाठ होना आवश्यक है। अचिन्त्यो ही मणिमंत्रौषधीनां प्रभावः अर्थात् मणियों, मंत्रो और औषधियों का प्रभाव अचिन्त्य होता है। मंत्र का दूसरा अर्थ मोहनमंत्र, वशीकरणमंत्र, गुप्तवार्ता, मंत्रणा, परामर्श, उपदेश, संकल्प आदि है।

मंत्र का प्रयोग विभिन्न प्रकार से होता है। मंत्र, यंत्र की साधना के लिए जादू के संकेत से युक्त एक रहस्य मूलक रेखा चित्र, ताबीज का विधान भी किया जाता है। मंत्र तंत्र का अपना एक विज्ञान है, जिसकी सिद्धि अनेक प्रकार से की जाती है। मंत्र साधक अपने मंत्रो के द्वारा लोगों के मन को अपने वश में करके अनेक प्रकार के चमत्कार को दिखलाता है। मंत्रों का अनुष्ठान करने से अनेक प्रकार की सिद्धियां प्राप्त होती हैं। सिद्धियां भी चमत्कारी होती हैं।

आचारांग आगम में गगन गामनी विद्या का उल्लेख मिलता है। किन्तु इसका दुरूपयोग होने के भय से इसे नष्ट कर दिया गया था।

जैन साधना के प्रमुख ग्रंथ आगमों में महावीर वाणी को गणधरों ने उपनिबद्ध किया है। महावीर वाणी मंत्र ही है। क्योंकि वह आप्त वाणी है। आप्त वाणी पूर्वापर विरोध से रहित होती है। इसका पाठ करने से मनोकामना सिद्ध और वांछित फल की प्राप्ति होती है। मंत्र सिद्धि के पूर्व शारीरिक और मानसिक शुद्धि आवश्यक होती है। इसके लिए जैन धर्म में तप का विधान है। जैन साधना पद्धति में साधना की दो महत्वपूर्ण विधियां है– संवर और निर्जरा। कृत कर्मों की विशुद्धि करना, उनका निर्जरण करना अर्थात् कर्म शरीर को प्रकम्पित कर उससे कर्म परमाणुओं को पृथक करना निर्जरा की प्रक्रिया है। इसे आज की भाषा में रेचन की प्रक्रिया कहा जा सकता है। नयें सिरे से आत्मा के साथ कर्म पुद्गलों का बन्धन अथवा चिपकाव न हो, उसके लिए कर्मपुद्गलों को आकृष्ट करने वाले आत्मपरिणामों का संवरण करना, उनका निरोध करना संवर है। ये दोनों पद्धतियां आत्मशोधन की प्रक्रियाएं हैं।

मनुष्य अपने आप में कितना स्वस्थ अथवा शुद्ध है, इसका उत्तर अपने आप में खोजा जा सकता है। शारीरिक स्तर पर अथवा मानसिक स्तर पर प्राणी स्वस्थ हो भी सकता है और नहीं भी, पर चैतसिक स्तर पर संसार का हर प्राणी अस्वस्थ और कलुषित है। वीतराग को छोड़कर ऐसा कौनसा प्राणी है जो अपने आप को पूर्ण पवित्र और निर्मल कह सके? इसलिए सहज ही प्रश्न होता है कि यह अपवित्रता, कलुषता तथा अस्वस्थता क्यों? इसका एक ही उत्तर है कि हर प्राणी कर्मों के जाल में गूंथा हुआ है। अनादिकाल से वे कर्म बन्धन प्राणिमात्र को संसार के प्रवाह में प्रवाहित कर रहें हैं।

वह मंत्र, तंत्र, जप और तप भी फलदायी नहीं होता जिसमें बाह्याडम्बरों की भरमार होती है। ऐसा तप दूसरों के लिए दिखावा होता है तो अपने लिए छलावा होता है। वही तप वास्तव में तप है जिसके साथ ध्यान, आत्मचिन्तन, स्वाध्याय, सामायिक आदि प्रवृत्तियों का संयोग होता है। केवल भूखा मरना अथवा शरीर को सुखाना ही धर्म नहीं है। धर्म का रहस्य है– कर्म–निर्जरण। वह तपस्या के द्वारा ही सुलभ है।

मंत्र, तंत्र, जप और तप सत्य के लिए तपना, सत्य के लिए खपना तथा सत्य की दिशा में प्रस्थान करना है। मंत्र, तंत्र, जप और तप शरीर को कष्ट देना नहीं है, न ही इन्द्रियों को क्षीण करना है। मंत्र, तंत्र, जप और तप केवल मौन रहना और मन को मूढ़ करना भी नहीं है। मंत्र, तंत्र, जप और तप शरीर, इन्द्रिय, वाणी और मन को समाहित करना है। मंत्र, तंत्र, जप और तप आत्मोपलब्धि तथा आत्मा की उज्ज्वलता है। मंत्र, तंत्र, जप और तप ऊर्जा की ऊर्ध्वयात्रा, ऊर्जा का संचय है। मंत्र, तंत्र, जप और तप कर्मनिर्जरण की दिशा में प्रयाण, मोक्षाभिमुख होने का अभियान है।